

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Umumnya pendidikan di Indonesia menargetkan suatu standar pencapaian yang sama dari proses pembelajaran di sekolah dari seluruh sekolah pada masing-masing tingkatan yang ada di Indonesia. Kemudian yang terjadi adalah kesenjangan dari kualitas pembelajaran dari sekolah-sekolah yang tentu saja berdampak pada kesenjangan hasil pencapaian siswa dari sekolah-sekolah yang tersebar di Indonesia. Banyak faktor yang menjadi penyebab kesenjangan tersebut, mulai dari fasilitas pembelajaran, kualitas pengajaran guru, atau pun kualitas dari siswa itu sendiri.

Dalam pelajaran matematika, terutama dalam pengembangan proses bernalar para siswa dibutuhkan peran aktif siswa dalam proses pembelajaran. Hal tersebut menuntut pengajaran yang menarik dari guru. Untuk hal tersebut, fasilitas pembelajaran yang digunakan juga dapat sangat mendukung. Namun tak bisa kita pungkiri bahwa sekalipun demikian, pada kenyataannya pembelajaran di sekolah terikat oleh kurikulum dalam batasan waktu tertentu. Sedangkan tidak semua siswa memiliki tingkat kecerdasan matematik yang sama, sehingga sebagian dari mereka memerlukan waktu yang lebih lama untuk memahami pelajaran yang diberikan oleh guru. Menariknya, dalam banyak kasus guru memaksakan beralih pada materi pembelajaran berikutnya, dalam upaya memenuhi rencana kerja yang telah mereka susun, meskipun sebagian siswa belum benar-benar paham atau

benar-benar belum paham dengan materi yang telah diajarkan. Terlebih lagi, jika yang dilewatkan adalah materi pokok yang menjadi prasyarat untuk materi pembelajaran berikutnya. Ibarat kata, siswa sedang menabung kelemahan mereka. Ketika siswa belum memahami materi prasyarat dari suatu materi, maka yang umumnya akan terjadi adalah siswa merasa bosan dengan pelajaran yang diberikan oleh guru, hal ini terkait dengan mindset siswa bahwa mereka tidak akan mampu untuk memahami pelajaran yang diberikan oleh guru karena materi prasyaratnya saja belum mereka pahami dengan baik, akibatnya pembelajaran menjadi terasa tidak menarik bagi siswa dan lama-kelamaan materi yang tidak dipahami menjadi semakin banyak sehingga pada bagian selanjutnya pelajaran menjadi lebih tidak menarik. Klimaksnya, ketika siswa kemudian menganggap matematika adalah pelajaran yang sulit dan menakutkan. Dan berakhir dengan tidak semua siswa mampu mencapai target yang diharapkan.

Gambaran mindset negatif siswa terhadap matematika bahkan kerap kali dengan mudah mereka sampaikan dengan kata-kata baik langsung maupun tidak langsung. Seperti, melalui status di jejaring sosial media atau pun saat sedang berbincang-bincang dengan teman-temannya. Dan yang menjadi masalah adalah ini telah menjadi sangat lumrah. Yang pernah saya dengar langsung dari pernyataan siswa tentang matematika adalah

“...yang tidak penting itu matematika ji”

“nabiar berapa kali kayaknya kupelajari kalo matematika, nda’ mau mentongi masuk di otakku” “

“...buntu otakku’ saya kalo matematika”

Di bawah ini adalah beberapa komentar siswa tentang matematika berdasarkan survei yang saya lakukan di SMPN 3 Makassar pada bulan maret 2015

bagi saya matematika sangat membosankan dan kadang ~~menjer~~ menjengkelkan

Saya tidak pernah menyukai matematika karena saya cepat melupakan rumus matematika dan terkadang saya bosan belajar matematika

Juga dulu saya ^{suka} sekali dan ~~memami~~ memahami ^{sekali} matematika tapi tidak tau kenapa skrg saya bosan dan malas di pelajaran matematika karena saya tidak paham dan garanya ~~tidak~~ mendukung makanya kalo punya ka pr selalu ka mengontek karena tidak paham SAMA SEKALI ka sama ~~ini~~ ini pelajaran

Yang saya pikir tentang Matematika adalah Matematika itu sulit dipahami. Tetapi jika kita tau rumusnya, maka kita akan ^{merasa} ~~terasa~~ mudah mengerjakannya.

di matematika ada pecahan, tetapi pecahan, tidak pernah digunakan di kehidupan nyata

Sulit dipahami, sulit cara kerjanya, sulit rumusnya

Pada sebuah kasus yang saya pernah alami ketika mengajar salah seorang siswa SMA untuk persiapan UN tahun lalu, saya menemukan fakta tentang jawaban dari siswa tersebut dimana sebelumnya diberikan soal sebagai berikut:

Bentuk sederhana dari $\frac{5a^3 b^{-2} c^{5+4}}{5a^{-4} b^{-5} c^{4+2}}$ adalah ?

Jawaban siswa tersebut adalah:

$$\begin{aligned}
 \frac{5a^3 b^{-2} c^{5+4}}{5a^{-4} b^{-5} c^{4+2}} &= \frac{5a^3(b^{-2+4}c^{5+4})}{(5^2a^{-4+2}b^{-5+2}c^{4+2})} \\
 &= \frac{5a^3(b^2c^9)}{5^2a^{-2}b^{-3}c^6} \\
 &= \frac{5^{1-2}a^{3-(-2)}(b^2c^9)}{b^{-3}c^6} = \frac{5^{-1}a^5(b^2c^9)}{b^{-3}c^6} \\
 &= \frac{a^5b^2a^5c^9}{5b^{-3}c^6} \\
 &= \frac{a^{5+5}b^{2- -3}c^{9-6}}{5} \\
 &= \frac{a^{10}b^5c^3}{5}
 \end{aligned}$$

Jawaban yang benar adalah:

$$\begin{aligned}
 \frac{5a^3 b^{-2} c^{5+4}}{5a^{-4} b^{-5} c^{4+2}} &= \frac{5a^3 b^{-2 \times 4} c^{5 \times 4}}{5^2 a^{-4 \times 2} b^{-5 \times 2} c^{4 \times 2}} \\
 &= \frac{5a^3 b^{-8} c^{20}}{5^2 a^{-8} b^{-10} c^8} \\
 &= \frac{a^{3-(-8)} b^{-8-(-10)} c^{20-8}}{5^{2-1}} \\
 &= \frac{a^{11} b^2 c^{12}}{5}
 \end{aligned}$$

Berdasarkan jawaban siswa, ada dua kekeliruan di dalamnya. Yang pertama adalah kekeliruan dalam penyederhanaan bentuk $a^x y$ yang seharusnya $a^x y = a^{xy}$ tetapi ia pahami sebagai $a^x y = a^{x+y} = a^x a^y$, sehingga dapat dipahami bahwa dasar kekeliruannya adalah menganggap bahwa $a^x y = a^x a^y$ dan yang

kedua adalah kekeliruan dalam penyederhanaan bentuk $a(bc)$ yang seharusnya $a(bc)=abc$ tetapi ia pahami sebagai $a(bc)=abac$. Ia terpaku dengan bentuk $a(b+c)=ab+ac$, karena bentuk yang mirip antara $a(bc)$ dan $a(b+c)$ dimana yang membedakan adalah yang satunya perkalian dan yang satunya penjumlahan maka ia menganggap bahwa pendistribusiannya sama saja yaitu sebagai $a(b + c)=ab + ac$ maka $a(b \times c) = ab \times ac = abac$.

Berdasarkan wawancara yang saya lakukan ke siswa tersebut, ia mengatakan bahwa ia memang sudah agak lupa tentang konsepnya karena sudah lama tidak dipelajari. Dalam kasus yang lain saya juga pernah mendengar siswa mengatakan, “ai, kulupai rumusna padahal sudahmi kupelajari tadi malam”. Dari hal tersebut saya mengartikan bahwa yang siswa pikirkan tentang matematika adalah yang pintar matematika adalah mereka yang menghafalkan rumus-rumus atau yang bisa menyelesaikan soal-soal matematika adalah mereka yang menghafal rumus-rumus. Berdasarkan hal tersebut, maka guru perlu lakukan adalah memutus rantai negatif tentang mindset siswa terhadap matematika yaitu dengan membuat siswa tertarik dengan matematika dan bukannya memaksa siswa untuk menghafal. Karena kuncinya adalah mereka paham konsepnya dan tahu cara aplikasinya. Karena begini, saya pernah mendengar dalam sebuah acara stand up comedy oleh Pandji Pragiwaksono mengatakan, “hal-hal yang kita sibuk-sibuk hafalkan dulu, sekarang belum tentu benar. Sebagai contoh, waktu saya SD jumlah planet di tata surya adalah sembilan planet. Tahu tidak sekarang ada berapa? Mungkin ada yang berpikir delapan karena kita pikir pluto keluar. Tapi, sekarang ada klasifikasi planet baru namanya *dwarf planet* atau planet kerdil. Ada

ceres, Haumea, makemake, eri dan pluto. Jadi, jumlah planet sekarang adalah 12 planet. Dulu saya pernah ujian dengan pertanyaan, ada berapa jumlah planet di tata surya kita? Dan saya jawab 12 sedangkan yang lain jawab 9. Waktu kertas ujian akan dibagikan saya disoraki karena sang guru mengatakan ke teman-teman saya, “tau tidak masa Pandji jawabnya 12”. Akibatnya saya disoraki oleh satu kelas, “wuu.....” Dulu saya merasa bodoh, kini saya sadar, saya visioner.”

Sebagai gambaran betapa kemudian mindset akan berdampak pada bagaimana kita bertindak, untuk orang-orang yang suka mendaki seperti anak mapala, maka mereka tentu menetapkan serangkaian kegiatan mulai dari berkemas sebelum berangkat sampai pada membersihkan perlengkapan yang telah digunakan saat melakukan pendakian sebagai bagian yang tidak masalah untuk dilakukan. Sedangkan untuk orang-orang yang tidak suka berpergian, seperti untuk mendaki bersama teman-temannya, tentu serangkaian kegiatan yang sama bisa saja menjadi beban pikiran untuk dilakukan. Dalam kegiatan belajar mengajar, khususnya untuk pelajaran matematika, maka menjadi hal yang wajar jika seorang siswa berpikir ia tidak menyukai matematika, maka jangankan untuk mencoba mengerjakan soal matematika secara mandiri, mengikuti serangkaian kegiatan pembelajaran mulai dari masuk kelas untuk mengikuti pelajaran matematika, memerhatikan guru menjelaskan, mencatat dan lain sebagainya bahkan mungkin sudah jadi beban pikiran untuk dilakukan. Maka jika demikian, mengubah pikiran siswa yang tidak menyukai matematika menjadi menyukainya, paling tidak menimbulkan rasa ketertarikan terhadap matematika menjadi hal yang sepatutnya dilakukan oleh seorang guru.

Menurut Bev (2007:3), *“success is a mindset. It is not a journey, nor a destination. It is already within you.”*

Nah, kemudian pertanyaannya adalah jika sudah terjadi demikian, maka apa yang bisa guru lakukan agar para siswa yang memiliki mindset negatif terhadap matematika agar menggantinya dengan mindset yang lebih positif?

Mengubah mindset merupakan salah satu pekerjaan yang cukup rumit untuk dilakukan, hal ini terkait karena mindset adalah sebuah sistem kepercayaan yang tertanam pada pikiran bawah sadar. Dari berbagai sumber seperti artikel di internet, buku-buku, jurnal tentang bagaimana cara untuk mengubah mindset salah satunya adalah dengan metode hypnosis. Terkait dalam pembelajaran, adapun metode hypnosis yang dimaksudkan bukanlah seperti yang umumnya menjadi anggapan bahwa hypnosis itu membuat orang lain tertidur kemudian menanamkan sugesti, karena jika para siswa tertidur selama pembelajaran maka metode ini benar-benar tidak berguna. Dan juga, dalam banyak kasus beberapa siswa kerap kali tidur saat guru menjelaskan malah dengan alasan karena pelajaran terasa begitu membosankan. Metode hypnosis dalam hal ini adalah cara bagaimana menimbulkan *trance* saat belajar. Kasarnya, bagaimana membuat siswa seperti lupa waktu selama pembelajaran dengan membuat para siswa fokus dan tertarik dengan apa yang disampaikan pengajar termasuk dengan memberikan motivasi belajar.

Berdasarkan uraian yang dipaparkan di atas maka peneliti bermaksud ingin melakukan penelitian dengan judul **“Penggunaan Metode Hypnosis untuk Membentuk Mindset Positif Siswa dalam Pembelajaran dan Pengaruhnya**

terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Labakkang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang dipaparkan dalam latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian yang ingin dilakukan adalah

1. Seperti apa *mindset* siswa tentang pelajaran matematika sebelum perlakuan diterapkan?
2. Bagaimana kemampuan awal siswa dalam pelajaran matematika?
3. Bagaimana keterlaksanaan pembelajaran dengan menggunakan metode *hypnosis* yang dilakukan?
4. Seperti apa *mindset* siswa tentang matematika setelah perlakuan diterapkan?
5. Bagaimana hasil belajar siswa setelah perlakuan diterapkan?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian adalah

1. Mengetahui seperti apa *mindset* siswa tentang pelajaran matematika sebelum perlakuan diterapkan
2. Mengetahui kemampuan awal siswa dalam pelajaran matematika
3. Mengembangkan kemampuan peneliti terkait cara menciptakan situasi belajar yang kondusif
4. Mengetahui seperti apa *mindset* siswa terhadap matematika setelah perlakuan diterapkan
5. Mengetahui hasil belajar siswa setelah perlakuan diterapkan

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan bisa diperoleh dari penelitian ini adalah

1. Bagi Siswa

Dengan menggunakan *Metode Hypnosis* dalam pembelajaran para siswa akan lebih tertarik dengan matematika dan perlahan akan terbentuk mindset yang lebih bagus pada siswa sehingga para siswa lebih menikmati proses pembelajarannya dan terakhir dapat meningkatkan hasil belajar matematika siswa.

2. Bagi Guru

Sebagai masukan tentang bagaimana cara membuat pelajaran matematika menjadi terlihat sebagai pelajaran yang lebih menarik bagi siswa.

3. Bagi Sekolah

Sebagai sumbangan dalam upaya meningkatkan kualitas siswa di sekolah yang menjadi lokasi penelitian pada khususnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Pustaka

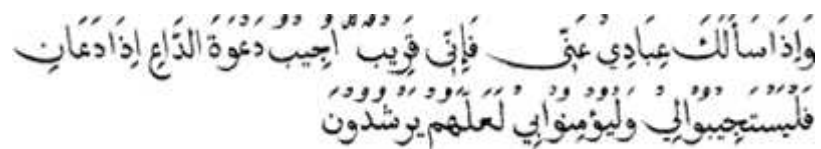
1. Mindset

Menurut Tarigan (2013:1), “kesuksesan berawal dari pola pikir (*mindset*) yang akan berlanjut pada sebuah kebiasaan, dan kebiasaan akan menentukan nasib kita”. Adapun pola pikir itu sendiri menurut Tarigan (2013:2) adalah “cara pandang seseorang terhadap segala sesuatu yang terjadi di sekitarnya.”

Menurut Dweck (2007:38), ada dua jenis *mindset* yaitu *mindset* tetap dan *mindset* berkembang, “anak-anak dengan *mindset* tetap ingin memastikan keberhasilan mereka. Tetapi, bagi anak-anak dengan *mindset* berkembang, keberhasilan berkaitan dengan upaya pengembangan diri. Ia berkaitan dengan proses menjadi lebih cerdas (*Becoming Smarter*).”

Menurut American Heritage Dictionary (dalam Bev, 2013:21), “*mindset* adalah a fixed mental attitude or disposition that predetermines a person's responses to and interpretations of situations.”

Surah Al-Baqarah ayat 186



Artinya: "Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu (Muhammad) tentang Aku, maka sesungguhnya Aku dekat. Aku kabulkan permohonan orang yang berdoa"

apabila ia berdo'a kepada-Ku. Hendaklah mereka memenuhi (perintah)-Ku dan beriman kepada-Ku, agar mereka memperoleh kebenaran."

Surah Al-Mu'min, ayat 60

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِيْ اَسْتَجِبْ لَكُمْ

Artinya: "*Dan Tuhanmu berfirman, 'Berdo'alah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu'.*"

Berdasarkan definisi *mindset* yang dikutip dalam Bev, maka ada dua hal yang perlu digaris bawahi tentang *mindset* yaitu *a fixed mental attitude* atau keyakinan teguh dan *interpretation* atau interpretasi. Jika kita menghubungkan dengan Ayat yang penulis kutip di atas, di mana unsur terpenting dalam pengijabahan do'a adalah iman dan respon terhadap petunjuk yang Tuhan berikan, maka dengan kata lain, *mindset* merupakan suatu do'a. Yaitu *a fixed mental attitude* atau keyakinan teguh tidak lain adalah iman, dan *interpretation* atau interpretasi tidak lain merupakan bagaimana kita memilih respon terhadap petunjuk yang Tuhan berikan. Kemudian dari ayat kedua, berisikan janji Tuhan untuk mengijabah doa yang kita panjatkan. Maka, tidak mengherankan jika kerap kali kita jumpai kalimat-kalimat seperti, "*you are what you think*", "Manusia adalah pikirannya", "Kamu adalah *mindsetmu*", dan lain sebagainya. Artinya bahwa apa yang kita alami atau peroleh merupakan konsekuensi dari *mindset* yang kita miliki, di mana pola pikir kita mengarahkan kita dalam merespon keadaan dan kemudian apa yang akhirnya kita peroleh tidak lain adalah akibat dari respon yang kita pilih untuk dilakukan.

Menurut Dweck (2007:21), “selama dua puluh tahun, penelitian saya menunjukkan *pandangan yang Anda adopsi untuk diri Anda* sangat memengaruhi cara Anda mengarahkan kehidupan.”

Mindset mengarahkan kita pada apa yang kita perbuat, perbuatan kita mengarahkan kita pada kebiasaan, kebiasaan kemudian menggambarkan karakter, dan terakhir karakter itulah yang akan menentukan apa yang bisa kita peroleh.

Adapun dalam tulisan ini, yang dimaksudkan dengan mindset positif adalah mindset berkembang yaitu seperti yang dijelaskan sebelumnya mindset ini berkaitan dengan proses menjadi lebih cerdas. Indikasinya tentu adalah semua hal yang siswa tunjukkan dan bersifat positif, seperti perasaan senang selama pembelajaran, kesediaan untuk mencoba bekerja secara mandiri mengerjakan soal, dan lain sebagainya. Sedangkan mindset tetap berkaitan dengan kondisi untuk tetap berada pada zona nyaman dan hanya ingin memilih jalan aman untuk memastikan keberhasilannya. Sebagai contoh, saat siswa merasa tidak senang dengan matematika dan berpikir tidak bisa mengerjakan suatu soal yang diperoleh maka kecenderungannya mereka akan menghindari untuk mencoba mengerjakan secara mandiri dan mungkin hanya menyelesaikannya dengan mengikuti hasil pekerjaan temannya.

2. Bagaimana Mindset Terbentuk?

Mindset (sistem kepercayaan) merupakan hasil analisis pikiran sadar manusia yang tersimpan di dalam pikiran bawah sadar (Aquarius Learning, 2015). Semua informasi berdasarkan apa yang kita lihat, dengar, kecap, cium, dan rasakan akan diolah di pikiran sadar, kemudian hasil analisis pikiran sadar

senantiasa melewati filter informasi (hasil analisis) sebelum memasuki pikiran bawah sadar yang disebut sebagai *critical area*. Hasil analisis yang diterima oleh *critical area* akan menetap dalam pikiran bawah sadar sebagai *mindset* sedangkan hasil analisis yang ditolak oleh *critical area* menetap dalam pikiran bawah sadar hanya sebagai *memori*.

Umumnya hasil analisis yang lolos dari sensor *critical area* hanya informasi yang dianggap masuk akal, namun dalam kasus tertentu informasi yang tidak masuk akal pun bisa saja lolos dari sensor *critical area* dan menjadi *mindset*.

Menurut AL (2015), repetisi dan bypass adalah beberapa tindakan yang dapat menyebabkan informasi yang tak masuk akal sekali pun bisa lolos dari sensor *critical area*.

a. Repetisi

Pendapat, kepercayaan, tradisi, kebudayaan, bahkan pengalaman hidup dapat menjadi *mindset* lewat mekanisme repetisi atau pengulangan. Sebagai contoh, meskipun pada suatu tempat tertentu sama sekali sebenarnya tidak ada apa-apa semisalnya hantu, tapi ketika seorang anak terus ditakut-takuti oleh orang tuanya agar tidak main kemalaman dengan cerita hantu maka keberadaan hantu yang sebenarnya sama sekali tidak ada bisa menjadi sebuah kepercayaan (*mindset*) oleh si anak. Akibatnya, efek kepercayaan itu seperti rasa takut hantu akan menyebabkan si anak lekas pulang sebelum malam. Hal tersebut menunjukkan bahwa *mindset* mempengaruhi bagaimana kita bertindak (merespon keadaan).

b. Bypass

Berkenaan dengan masalah mindset, *bypass* berarti menyuntikkan kepercayaan tanpa perlu melalui *critical area*. Adapun beberapa bentuk *bypass* yang dapat terjadi dan membentuk mindset adalah

1) Hypnosis

Hypnosis yang dimaksudkan di sini adalah kondisi dimana pikiran sadar benar-benar berada dalam keadaan non-aktif. Artinya, informasi tidak melalui analisa pikiran sadar sehingga informasi tersebut tidak perlu melewati *critical area* karena *critical area* hanya aktif terhadap hasil analisis pikiran sadar. Sehingga sugesti yang diberikan bisa langsung masuk ke pikiran bawah sadar.

2) Sumber yang dipercaya

Contoh sederhananya, saat kita menganggap orang tua kita sebagai panutan, maka kecenderungannya adalah apapun yang dikatakan orang tua kita adalah benar ketimbang apa yang dikatakan orang lain. Ucapan orang tua ini dapat menjadi mindset yang tersimpan di pikiran bawah sadar.

3) Trauma

Trauma yang dimaksudkan mengacu pada pengalaman emosional yang menyakitkan, atau mengejutkan yang kemudian menimbulkan efek mental berkelanjutan. Contoh sederhananya adalah orang-orang yang takut pada ayam karena semasa kecilnya pernah dipatok ayam.

3. Bagaimana Membentuk Mindset Berkembang ?

Menurut Lama (dalam Given, 2007:16), “otak bukanlah elemen tubuh yang statis, yang sudah jadi sehingga tidak bisa berubah. Persolannya adalah apa yang dapat dilakukan untuk dapat mengubah mesin ‘supercanggih’ ini. Perubahan otak tidak mungkin terjadi tanpa intervensi serius, sistematis, dan terutama latihan-latihan mental”.

Menurut Tarigan (2013), untuk membuat diri kita mempunyai pola pikir yang baru, kita bisa menggunakan pola pikir itu sebagai “mantra” atau dalam bahasa Dr. Frankl adalah logoterapi, yang terus kita katakan pada diri kita sering-sering. Selain itu, Kita juga dapat menuliskan pola pikir baru kita di kertas, kemudian menempelkannya di kamar, atau tempet-tempat yang sering kita lihat atau kunjungi. Dalam hal ini sebenarnya kita coba lakukan adalah *selfhypnosis*.

Menurut Mukhlis dan Sari (2011:4), adapun cara menghasilkan *trance* atau ketagihan belajar adalah sebagai berikut:

- a. Pahami bahwa Kitalah yang berkuasa atas Diri Kita
- b. Kenali potensi otak dan ketahui cara kerjanya
- c. Bangun keyakinan positif
- d. Kenali Learning Channel-mu
- e. Gunakan Learning Skill
- f. Praktikkan Hypnolearning

Menurut AL (2015), untuk mengganti mindset dapat dilakukan melalui 3 cara, yaitu Afirmasi, Visualisasi, dan Hypnosis.

a. Afirmasi

Afirmasi atau peneguhan yaitu dengan cara mengikrarkan kalimat-kalimat peneguhan tentang kualitas tertentu pada diri sendiri. Seperti, “*saya orang yang penuh semangat*”, “*saya pasti bisa matematika*”, dan lain sebagainya. Tapi, tentu peneguhan ini perlu dilakukan secara kontinu (istiqomah/repetisi). Adapun waktu terbaik untuk melakukan afirmasi atau peneguhan ini adalah saat menjelang tidur dan saat awal bangun tidur. Hal ini karena di waktu itu kondisi pikiram berada antara sadar dan tidak sadar.

b. Visualisasi

Visualisasi atau penggambaran diri (imajinasi) yaitu dengan membayangkan diri kita sesuai dengan pernyataan-pernyataan tertentu (afirmasi). Prinsipnya sama dengan afirmasi perlu dilakukan secara kontinu dengan waktu terbaik untuk melakukannya juga saat menjelang tidur dan awal terbangun dari tidur.

c. Hypnosis

Hypnosis yaitu dengan memasukkan sugesti-sugesti dalam hal ini sugesti positif (*mindset* yang perlu dimiliki) pada kondisi relaks menggunakan bahasa persuasif.

Berdasarkan uraian di atas, metode hypnosis bisa menjadi alternatif pilihan dalam upaya membentuk mindset yang lebih baik pada siswa, dimana dalam metode hypnosis memang pada dasarnya lebih banyak berbicara tentang kondisi mental (relaksasi) dan pemberian atau upaya memasukkan sugesti ke pikiran bawah sadar.

4. Memahami Otak

Otak merupakan organ vital yang terletak di dalam batok kepala yang merupakan pusat sistem saraf. Berat otak manusia rata-rata adalah 1,4 kg, tapi pada dasarnya ukuran otak tidak berhubungan langsung dengan tingkat intelegensi seseorang. Melainkan dipengaruhi oleh seberapa banyak sel neuron yang saling terkoneksi (Mukhlis dan Sari, 2011).

Menurut Kushartanti (n.d., p.8), otak tidak dapat membedakan antara kejadian sesungguhnya dan ingatan akan suatu kejadian. Dengan dasar inilah maka imajinasi, khususnya visualisasi dapat menjadi cara pembelajaran yang efektif. Cara ini banyak digunakan untuk mempersiapkan atlet sebelum bertanding. Atlet diinstruksikan untuk membayangkan dan merasakan seakan-akan ia sedang bertanding lengkap dengan teknik menyerang maupun bertahan (visualisasi). Dalam bidang psikologi olahraga hal ini disebut dengan "mental training" dan terbukti dapat meningkatkan prestasi karena atlet menjadi lebih siap tanding.

Berdasarkan penemuan Hans Berger di tahun 1929 yaitu EEG (*Electro Encephalo Graph*) merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur gelombang otak manusia (dalam Mukhlis dan Sari, 2011), gelombang otak dibedakan menjadi empat gelombang dengan ciri-ciri kondisi emosi yang berbeda-beda, yaitu digambarkan sebagai berikut.

Tabel 2.1 Gelombang otak manusia

Gelombang	Kondisi Pikiran dan Emosi
Beta (14 - 100Hz)	Kognitif, analitis, logika, otak kiri, konsentrasi, prasangka, pikiran sadar. Aktif, cemas, khawatir, waspada, stres, jenuh, dan emosi negatif lainnya.
Alpha (8 – 13,9Hz)	Relaks, meditatif, <i>super learning</i> , terkendali, fokus, akses ke bawah sadar. Tenang, damai, santai, segar, bahagia, istirahat.
Theta (4 – 7,9Hz)	Intuisi, imajinatif, <i>problem solving</i> , akses bawah sadar. Sangat relaks, hening, damai, pasrah.
Delta (0,1 – 3,9Hz)	Tidur lelap tanpa mimpi. Tidak ada pikiran dan perasaan.

a. Beta (14 – 100Hz)

Di frekuensi ini, manusia berada pada kondisi sadar penuh dengan dominasi logika, yaitu kondisi yang kita alami sehari-hari ketika dalam keadaan terbangun (tidak tidur). Saat berbicara, bekerja, atau sedang melakukan aktivitas lainnya kita berada pada frekuensi ini. Menurut Sentanu (dalam Noer, 2010), gelombang beta merupakan gelombang tinggi yang merangsang otak mengeluarkan hormon kortisol dan norepinephrine yang menyebabkan cemas, khawatir, marah, dan stres. Akibatnya, jika kita terlalu aktif di gelombang ini, maka kita akan rentan terkena penyakit seperti darah tinggi, setruk, diabetes melitus, dan beberapa penyakit lain.

b. Alpha (8 – 13,9Hz)

Di frekuensi ini, pikiran manusia berada pada kondisi yang relaks dan tenang. Pada kondisi gelombang ini secara neurobiokimianya otak mengeluarkan hormon serotonin dan endorfin, yaitu hormon kebahagiaan. Menurut Mukhlis dan Sari (2011), pada gelombang alpha inilah kondisi paling ideal otak manusia untuk menyerap informasi. Inilah yang kemudian menjadi salah satu alasan mengapa anak kecil cenderung lebih cepat belajar, karena pada masa kanak-kanak gelombang alpha adalah gelombang yang sering muncul.

Mengingat bahwa pada kondisi gelombang ini adalah akses ke bawah sadar, maka sangat penting bagi orang tua dan orang dewasa yang banyak bergaul dengan anak-anak untuk berhati-hati dalam bertutur kata dan bertingkah laku di hadapan anak-anak.

c. Theta (4 – 7,9Hz)

Di frekuensi inilah manusia masuk pada kondisi yang benar-benar hening dan khusyu. Hal ini disebabkan karena dalam kondisi gelombang ini, otak mengeluarkan hormon melatonin, catecholamine dan arginine-vasopressin. Di kondisi inilah ide-ide kreatif dan cerdas sering bermunculan. Namun, jika kita tidak bisa mengendalikan diri pada kondisi ini, maka kita akan memasuki kondisi gelombang delta atau tertidur pulas.

d. Delta (0,1 – 3,9Hz)

Kita memasuki frekuensi ini saat sedang tertidur pulas tanpa bermimpi. Pada frekuensi ini otak mengeluarkan HGH (*Human Growth Hormone*), yaitu hormon pertumbuhan yang baik untuk kesehatan, terutama untuk awet muda. Tidur dalam

kondisi ini adalah tidur dengan kualitas sangat tinggi. Meskipun waktu tidur hanya sebentar, tapi kita akan terbangun dengan tetap merasa segar.

Menurut Mukhlis dan Sari (2011), otak kita tidak serta-merta hanya memancarkan satu macam gelombang pada satu waktu, meskipun masing-masing kondisi gelombang otak memunculkan emosi-emosi tertentu. Hanya saja, selalu ada satu yang lebih dominan.

5. Hypnosis

Menurut U.S. Department of Education, Human Services Division (dalam Majid, n.d., p.5) dikatakan bahwa; “*Hypnosis is the bypass of the critical factor of the conscious mind followed by the establishment of acceptable selective thinking*” atau “Hypnosis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar diikuti dengan diterimanya suatu pemikiran atau sugesti”.

Menurut Nurindra (2008:4), “secara umum, hipnotis adalah suatu seni penyampaian ‘pesan’ agar dapat diterima oleh orang lain, dan berlanjut menjadi tindakan sesuai dengan yang dimaksudkan oleh pesan tersebut”. Secara umum, hipnotis terbagi menjadi dua bagian besar, yaitu Formal Hypnosis dan Informal Hypnosis.

Adapun Dharma (2015) memberikan penjelasan sebagai berikut:

a. Formal Hypnosis

Formal Hypnosis atau disebut juga *direct hypnosis* atau *genuine hypnosis* merupakan proses hypnosis dengan mengikuti urutan langkah formal dalam menghipnotis seseorang, mulai dari pra induksi, induksi, *deepening*, *depth*

level test, sugesti, dan terminasi. Contohnya, seperti Hypnosis dalam pertunjukan atau dikenal dengan sebutan *stage hypnosis*.

b. Informal Hypnosis

Informal Hypnosis atau *indirect hypnosis* merupakan proses hypnosis yang biasanya terjadi menggunakan pola komunikasi alamiah dalam kehidupan sehari-hari, tetapi dapat membuat filter informasi pikiran (*critical area*) terbuka.

Adapun yang dimaksudkan dalam tulisan ini sebagai hypnosis yang digunakan dalam pembelajaran adalah jenis informal hypnosis. Lebih lanjut, Nurindra (2008) menjelaskan bahwa untuk dapat dihipnotis seseorang harus mau (tidak menolak), dapat berkomunikasi (memahami komunikasi), dan memiliki kemampuan fokus. Menurut Majid (n.d, p.5), "Hypnosishanya bisa Anda rasakan apabila Anda mengizinkan diri Anda untuk mengalaminya. Seperti, ketika Anda membaca novel atau menonton film, Anda sendiri yang mengizinkan diri Anda untuk terpengaruh oleh film atau terhanyut dalam cerita novel." Sehingga, dapat disimpulkan bahwa yang paling berperan besar atau dominan dalam proses hipnotis adalah pihak yang akan dihipnotis. Oleh karena pihak yang akan dihipnotis merupakan sentral, maka ia lah yang merupakan subyek. Nurindara (2008:14) juga menambahkan bahwa, "dalam segenap peristiwa hipnotis, ternyata yang terjadi adalah suatu peristiwa 'Self Hypnosis', artinya orang menghipnotis dirinya sendiri, sang Hypnotist sesungguhnya hanya berperan sebagai fasilitator belaka."

6. Pendidikan

Menurut Given (2007:40), pendidikan lebih dari sekadar meraih standar pembelajaran tertentu; pendidikan identik dengan mengembangkan keinginan untuk belajar, memahami cara belajar, dan menerapkan praktik pengajaran berdasarkan bagaimana sesungguhnya otak berfungsi. Agar anak-anak bisa belajar maksimal dan bermanfaat bagi diri sendiri dan masyarakat, menghormati sistem pembelajaran individual mereka menjadi bagian penting untuk dilakukan. Seperti yang diungkapkan Hamer dan Copeland (dalam Given, 2007:40):

“Memberi anak-anak cinta dan pengetahuan sama pentingnya dengan memberinya makanan. Namun, ada saatnya orangtua (dan guru) harus memahami bahwa anak-anak sudah berada di jalur yang bukan pilihan siapa pun. Anak-anak adalah dirinya sendiri, dan akan lebih baik jika orang tua (begitu pula guru) mulai memahami anak-anak ketimbang berusaha mencetaknya menjadi sesuatu yang ideal menurut bayangan mereka. Anak-anak adalah untuk ditemukan, disamping dibentuk; ia harus dibiarkan dan didorong untuk berkembang sesuai dengan potensinya sendiri. Kita masing-masing dilahirkan sebagai seseorang; dan sepanjang sisa hidup ini, kita gunakan untuk menemukan siapa diri kita.”

a. Belajar

Dalam sistem pendidikan kita ada tiga ranah yang selalu dikedepankan yaitu kognisi (kecerdasan), psikomotor (keterampilan), dan kepribadian. Pada prakteknya, dua ranah pertama kemudian nampak lebih menjadi perhatian. Padahal, sangat jelas terjadi bahwa orang-orang cerdas dengan kepribadian yang

buruk berpotensi lebih berbahaya karena dengan kompetensinya, maka untuk melakukan kejahatan profesional lebih memungkinkan terjadi seperti kejahatan KKN (korupsi, kolusi, dan nepotisme) yang semakin marak terjadi di negeri ini. Selama ini, tampak seperti kebanyakan orang tua atau orang-orang di sekitar kita berpikir bahwa lebih baik pintar matematika, kimia, dan fisika daripada jika siswa atau anak menikmati waktunya mengembangkan bakat atau mempelajari bidang lain yang disukainya. Padahal, seperti yang kita pahami bahwa belajar itu adalah upaya untuk menjadi lebih baik. Dengan tujuan akhir adalah untuk menjadi bahagia dan juga membantu orang lain untuk bahagia.

Pada dasarnya, setiap orang, tentu saja dalam hal ini khususnya peserta didik ingin mendapatkan pengakuan seutuhnya dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Namun, yang marak terjadi adalah saat peserta didik tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, seperti kesulitan, salah, atau gagal dalam pelajaran, tidak jarang terjadi bahwa Guru tidak bisa menerima kesulitan, kesalahan, atau kegagalan tersebut. Padahal, seharusnya kondisi tersebut adalah kondisi dimana peserta didik memerlukan motivasi untuk tetap mau berusaha mencoba lagi, atau lagi dan lagi hingga ia berhasil. Akibatnya, dengan kebutuhan psikis yang tidak terpenuhi, berefek pada perubahan tingkah laku yang makin lama makin menyimpang. Biasanya, untuk siswa yang bermasalah hanya akan diberikan teguran berupa nasihat atau hukuman/sanksi dan tidak jarang berupa sanksi fisik dan verbal seperti dijemur di lapangan sekolah. Dan klimaksnya, saat pihak sekolah merasa tidak bisa lagi menerima keadaan siswa dengan perubahan tingkah

laku yang semakin menyimpang, maka terjadilah *drop out* atau keputusan mengeluarkan siswa dari sekolah.

Mengingat pada dasarnya sekolah adalah suatu wadah untuk memperoleh pendidikan, maka jika wadah tersebut saja menyerah untuk membelajarkan siswa yang dianggap bermasalah, tentu yang menjadi pertanyaan dimana lagi ia bisa memperoleh pendidikan?. Padahal, kondisi atau perilaku peserta didik yang tidak sesuai dengan harapan, harusnya menjadi tanda bagi pihak sekolah dan orang tua untuk segera menolongnya, bukan hanya benar-benar memarahinya, memermalukannya, atau bahkan menyingkirkannya.

b. Hasil Belajar

Berdasarkan uraian di atas mengenai belajar, maka hasil belajar yang diinginkan ditunjukkan dengan adanya perbaikan pada tiga ranah, yaitu kecerdasan (kognisi), keterampilan (psikomotor), dan terutama kepribadian. Dalam tulisan ini, mulai dari perbaikan mindset, yang kemudian mengarahkan pada perbaikan kepribadian, dan dari semua itu akan menuntun pada perbaikan pada ranah kognisi dan psikomotor. Karena yang terpenting tentang apa yang perlu Guru ajarkan pada peserta didik adalah belajar yang terus-menerus di sepanjang hidup, yang tentu saja untuk bahagia dan juga membantu orang lain untuk bahagia pula.

c. Metode Pembelajaran

Menurut Sagala (2003:169), “Metode pembelajaran adalah cara yang digunakan guru dalam mengorganisasikan kelas pada umumnya atau dalam menyajikan bahan pelajaran pada khususnya.”

Menurut Surakhmad (1979:75), “Metode adalah cara yang di dalam fungsinya merupakan alat untuk mencapai suatu tujuan.”

Jadi, dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran adalah suatu cara atau alat yang digunakan untuk mencapai maksud atau tujuan pembelajaran.

Terkait dengan judul tulisan ini, maka metode pembelajaran yang akan digunakan peneliti adalah pembelajaran *Hypnoteaching*.

Hypnoteaching berasal dari kata *hypnosis*, yaitu sugesti dan *teaching*, yaitu mengajar. Jadi jelas dalam pembelajaran dengan metode *hypnoteaching*, *hypnosis* merupakan inti dalam pelaksanaan pembelajaran.

Menurut Noer (dalam Nursyamsiah, dkk: 2013), *Hypnoteaching* merupakan proses pengajaran yang dapat memberikan sugesti pada siswa. Model pembelajaran ini dalam pelaksanaannya banyak melibatkan pikiran bawah sadar. *Hypnoteaching* juga merupakan perpaduan dari lima metode belajar-mengajar yang telah ada, yaitu *Quantum Learning*, *Accelerate Learning*, *Power Teaching*, *Neuro Linguistic Program (NLP)*, dan *Hypnosis*.

Nursyamsiah, dkk (2013) mengemukakan bahwa *hypnoteaching* berfokus pada kekuatan vibrasi , metafora, dan Editifikasi. Vibrasi adalah kekuatan yang muncul karena pikiran yang dibangun, metafora adalah motivasi kuat yang diungkapkan kepada orang lain untuk mencapai suatu tujuan, sedangkan editifikasi adalah kekuatan yang muncul karena cerita positif.

Adapun langkah-langkah pelaksanaan metode pembelajaran *hypnoteaching* di kelas yaitu sebagai berikut:

1) *Pacing*

Pacing dalam hal ini adalah penyesuaian diri guru terhadap peserta didiknya, yaitu dengan menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak dengan peserta didik. Prinsipnya adalah manusia cenderung lebih suka berkumpul atau berinteraksi dengan orang lain yang memiliki banyak kesamaan dengannya. Oleh karena itu, secara alami dan naluriah setiap orang akan merasa senang dan nyaman dengan orang lain yang memiliki banyak kesamaan dengannya. Dalam hal ini, rasa nyaman dan senang peserta didik terhadap gurunya tentu akan berdampak positif terhadap respon peserta didik terhadap pembelajaran yang disampaikan oleh guru.

2) *Leading*

Saat peserta didik sudah merasa nyaman dengan pembelajaran yang berlangsung melalui *pacing*, maka langkah berikutnya adalah *leading* yang berarti memimpin atau mengarahkan. Pada langkah inilah materi pembelajaran disampaikan. Karena saat *mood* peserta didik sedang baik, maka materi pelajaran juga akan lebih mudah terserap.

3) Penggunaan kata-kata positif

Langkah ini merupakan langkah pendukung dalam melakukan *pacing* dan *leading*. Yaitu sebisa mungkin guru membiasakan diri untuk menggunakan kata-kata atau kalimat positif untuk menghindari hal negatif yang bisa terserap alam bawah sadar. Karena sesuai dengan cara kerja pikiran bawah sadar menerima apa saja yang diucapkan oleh siapa pun, negatif atau pun positif. Sebagai contoh,

ajakan atau himbauan “mohon tenang” lebih baik digunakan daripada mengatakan “jangan berisik”.

4) Memberikan *reward*

Prinsipnya adalah dengan diberikan pujian yang terasa tulus, maka seseorang akan terdorong untuk melakukan lagi dan berusaha lebih dari sebelumnya. Oleh karena itu, hendaknya guru memberikan penghargaan untuk setiap hal baik yang siswa lakukan.

5) *Modeling*

Modeling merupakan proses pemberian contoh teladan baik ucapan maupun tindakan yang konsisten. Prinsipnya adalah seseorang akan lebih bersedia mendengarkan orang lain yang mereka percayai. *Modeling* dilakukan sebagai upaya untuk memantapkan rasa percaya (*trust*) peserta didik kepada kita selaku gurunya sebagai figur yang pantas menjadi teladan bagi peserta didik.

d. Hypnosis dalam Pembelajaran

Penggunaan hypnosis yang dimaksudkan dalam tulisan ini yaitu pengaplikasian inti dan substansi dari ilmu hypnosis itu sendiri dalam pembelajaran di kelas, yaitu komunikasi dan sugesti. Dengan komunikasi persuasif, diharapkan agar peserta didik bisa termotivasi sehingga akan timbul perasaan rileks dan nyaman dalam belajar. Pada kondisi rileks dan nyaman inilah kemudian Guru memberikan sugesti-sugesti positif secara berulang. Karena titik berat dari metode hypnosis yang dimaksudkan di sini adalah motivasi. Motivasi yang diberikan, yaitu bisa dengan menyampaikan kutipan atau cerita dari tokoh-tokoh atau pun cerita lainnya yang dianggap bisa menginspirasi dengan pesan

positif yang terkandung dari kutipan atau cerita tersebut. Karena biasanya para siswa sangat tertarik saat Guru menyampaikan cerita-cerita seperti itu, tentu saja ditunjukkan dengan para siswa memberikan perhatian atau respon yang baik pada Guru, maka dengan menyampaikan cerita-cerita tersebut atau dengan memberikan motivasi, tidak lain adalah usaha membawa siswa pada kondisi rileks dan nyaman. Dengan kondisi yang kondusif ini, yaitu kondisi dimana peserta didik akan optimal dalam menerima saran, menyerap informasi, atau pengetahuan tertentu, tentu akan berimbas pada proses pembelajaran yang berjalan lancar.

Tabel 2.2 Langkah-langkah pembelajaran dengan menerapkan metode hypnosis

Fase	Kegiatan Guru
<i>Pacing</i>	Berupaya menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak dengan peserta didiknya. Sebelum memasuki pembahasan tentang materi mata pelajaran yang akan dipelajari, guru menyampaikan kutipan atau cerita dari tokoh-tokoh atau pun cerita lainnya yang dianggap bisa menginspirasi dengan pesan positif yang terkandung dari kutipan atau cerita tersebut. Dengan menyampaikan cerita-cerita tersebut atau dengan memberikan motivasi, tidak lain adalah usaha membawa siswa pada kondisi rileks dan nyaman.
<i>Leading</i>	Saat <i>mood</i> peserta didik sedang baik atau sudah merasa nyaman dengan pembelajaran melalui <i>pacing</i> , di saat inilah materi pembelajaran mulai disampaikan. Dari

	mengomunikasikan tujuan pembelajaran, kompetensi dasar yang ingin dicapai, dan materi mata pelajaran itu sendiri.
Penggunaan kata-kata positif	Selama pembelajaran berlangsung guru sebisa mungkin menggunakan kata-kata positif. Seperti, daripada mengatakan “jangan ribut!” lebih baik menggunakan “harap tenang!”
Memberikan <i>Reward</i>	Guru memberikan penghargaan untuk setiap hal baik yang telah siswa lakukan.
<i>Modeling</i>	Guru memberikan contoh teladan melalui ucapan dan tindakan yang konsisten, tidak hanya saat berada dalam kelas pembelajaran, tetapi juga di luar kelas.

B. Kerangka Pikir

Seperti yang telah penulis sampaikan pada bagian sebelumnya bahwa pola pikir mengarahkan kita untuk memilih bagaimana memberikan respon terhadap segala hal yang terjadi, tentang bagaimana kita berbuat. Perbuatan kita akan mengarahkan kita pada kebiasaan, kebiasaan kemudian menggambarkan karakter, dan terakhir karakter itulah yang akan menentukan apa yang bisa kita peroleh. Melihat bahwa berdasarkan pengamatan yang sudah dilakukan penulis, yaitu tentang begitu banyaknya peserta didik yang berpikiran pesimis atau memiliki pikiran negatif lainnya terhadap pelajaran matematika, maka kemudian menjadi begitu mendasar untuk menghilangkan pikiran atau anggapan-anggapan negatif tersebut agar pelajaran matematika bisa terserap baik oleh peserta didik.

Guna untuk memperbaiki pola pikir siswa yang negatif tersebut, maka penulis beranggapan bahwa penggunaan metode hypnosis dalam pembelajaran adalah pilihan yang tepat untuk dilakukan. Karena poin penting dalam penggunaan metode ini adalah bagaimana guru memotivasi peserta didik untuk belajar dan bagaimana guru menumbuhkan hubungan yang harmonis dengan peserta didiknya sehingga proses pembelajaran menjadi lebih relaks dan menyenangkan. Artinya bahwa karena dalam penelitian ini, penekanannya ada pada proses, maka dalam melihat hubungan antar variabel lebih bersifat interaktif atau saling memengaruhi.

Mengingat bahwa yang terpenting dari yang perlu guru ajarkan ke siswa adalah bagaimana cara belajar dan pemahaman untuk belajar yang terus-menerus sepanjang hidup, yang tentu saja adalah bagaimana guru menumbuhkan keinginan belajar itu dari dalam diri peserta didik, yaitu belajar yang dilakukan secara sukarela. Terkait dengan hal tersebut, penggunaan metode hypnosis adalah suatu upaya untuk memperoleh akses ke pikiran bawah sadar peserta didik. Tempat dimana mindset atau pola pikir terbentuk. Oleh karena itu, berdasarkan apa yang telah dipaparkan penulis sebelumnya maka kerangka pikir dalam penelitian ini adalah dengan penggunaan metode hypnosis dalam pembelajaran maka guru akan memiliki akses ke alam bawah sadar siswa guna untuk menghilangkan mindset (pola pikir) negatif peserta didik terhadap pelajaran matematika dan memperbaikinya sehingga respon siswa dalam pembelajaran matematika bisa menjadi lebih baik. Dengan respon yang lebih baik dalam mengikuti pembelajaran, maka daya serap terhadap apa yang guru sampaikan juga akan

menjadi lebih baik. Dan akhirnya berimbas pada hasil pencapaian pembelajaran peserta didik yang akan meningkat.

C. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan kerangka pikir, maka hipotesis penelitiannya adalah:

“Ada pengaruh penggunaan metode *hypnosis* dalam pembelajaran terhadap hasil belajar matematika siswa kelas X di SMA Negeri 1 Labakkang”

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah pra-eksperimen. Dalam penelitian ini melibatkan satu kelas eksperimen yang diajar menggunakan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching*.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Labakkang pada semester ganjil tahun ajaran 2015/2016.

C. Variabel dan desain penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah metode *hypnosis* sebagai variabel bebas, *mindset* akhir dan hasil belajar sebagai variabel terikat, serta *mindset* awal dan kemampuan awal siswa sebagai variabel kontrol.

2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah desain *Pre-Experimental Design*, yakni *The one-Group Pretest-Posttest Design*. Dalam desain ini terdapat satu kelas yaitu kelas eksperimen yang diberi *pre-test* sebelum pemberian perlakuan dengan penggunaan metode *hypnosis* dalam pembelajaran, kemudian diberi *post-test* setelah diajar dengan *hypnoteaching*. Skema desain penelitian sebagai berikut:

Tabel 3.1 Desain penelitian

Jenis kelompok	Pre-Test	Treatment	Post-Test
E_1	O_1	X	O_2

(Sumber: Gay, dkk, 2006:252)

Keterangan:

- E_1 : Kelas yang dipilih yang merupakan kelas eksperimen.
- X : Perlakuan (*treatment*) dengan penggunaan *hypnosis* melalui metode pembelajaran *hypnoteaching*.
- O_1 : Skor *pre-test*.
- O_2 : Skor *post-test*.

D. Definisi Operasional Variabel

Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hasil belajar merupakan nilai akhir yang dicapai oleh siswa setelah perlakuan (*treatment*) diterapkan, yaitu skor yang dicapai oleh siswa setelah mengikuti tes hasil belajar matematika setelah melalui pembelajaran dengan menggunakan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching* selama penelitian.
2. Mindset akhir adalah bagaimana pikiran atau tanggapan siswa terhadap pelajaran matematika setelah perlakuan (*treatment*) diterapkan, yaitu setelah melalui pembelajaran dengan menggunakan *hypnosis* melalui metode pembelajaran *hypnoteaching*.

3. Mindset awal adalah bagaimana pikiran atau tanggapan siswa terhadap pelajaran matematika sebelum perlakuan (*treatment*) diterapkan.
4. Kemampuan awal adalah nilai awal yang dicapai oleh siswa sebelum perlakuan (*treatment*), yaitu skor yang dicapai oleh siswa setelah mengikuti tes awal tentang materi pembelajaran yang akan diajarkan selama perlakuan (*treatment*) diterapkan.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah seluruh kelas X SMA Negeri 1 Labakkang tahun ajaran 2015/2016 yang terdiri dari tujuh kelas, yaitu X₁, X₂, X₃, X₄, X₅, X₆, dan X₇.

2. Sampel

Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah satu kelas yang dipilih menggunakan teknik *random sampling* yaitu dengan mengundi kertas-kertas yang telah dinomori dimana setiap nomor akan mewakili masing-masing kelas, kemudian yang terpilih akan menjadi kelas eksperimen yang diajar menggunakan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching*.

Berdasarkan pengamatan awal yang telah dilakukan oleh peneliti, yaitu dengan memberikan pertanyaan kepada siswa berupa pertanyaan yang berhubungan dengan tanggapan (pola pikir) siswa terhadap mata pelajaran matematika, maka dapat disimpulkan bahwa kelas X yang terdiri dari tujuh kelas bersifat homogen.

Adapun langkah-langkah penarikan sampel adalah sebagai berikut:

- a) Memilih secara acak satu kelas X yang ada di SMA Negeri 1 Labakkang.
- b) Kelas yang terpilih tersebut diberi perlakuan yaitu pembelajaran menggunakan metode hypnosis melalui pembelajaran *hypnoteaching*.

F. Instrumen Penelitian

Adapun instrumen penelitian yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

1. Interview Mindset Siswa

Interview atau wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tak berstruktur yang lebih bersifat informal. Menurut Arikunto (dalam Riyanto, 2001), pedoman wawancara jenis ini yaitu wawancara yang hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan. Sehingga kreatifitas pewawancara sangat diperlukan. Dalam penelitian ini, wawancara digunakan untuk mengetahui bagaimana atau seperti apa mindset peserta didik yang menjadi subjek penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada sampel.

2. Lembar Observasi Keterlaksanaan Pembelajaran

Lembar observasi keterlaksanaan pembelajaran bertujuan untuk mengetahui seberapa baik keterlaksanaan metode *hypnosis* melalui *hypnoteaching* pada saat pembelajaran berlangsung. Butir-butir instrumen ini mengacu pada langkah-langkah penerapan pembelajaran *hypnoteaching* yang disesuaikan dengan RPP.

3. Tes hasil belajar

Untuk memperoleh data tentang hasil belajar matematika siswa digunakan satu perangkat alat instrumen yaitu tes hasil belajar yang dibuat oleh peneliti

dengan bimbingan dosen pembimbing dan divalidasi oleh dosen penanggung jawab.

Tes tersebut digunakan sebagai acuan bagi peneliti tentang penguasaan materi siswa yang diajarkan dengan menggunakan metode *hypnosis* dalam pembelajaran *hypnoteaching*.

G. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Setelah menetapkan sampel penelitian maka pelaksanaan eksperimen dilaksanakan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

Sebelum melakukan eksperimen dilakukan beberapa persiapan yang meliputi:

a) Menelaah Kurikulum

Peneliti melihat silabus berdasarkan kurikulum yang digunakan saat ini, untuk menentukan materi dan memperkirakan alokasi waktu penelitian berdasarkan pertimbangan dan kesesuaian pembelajaran yang digunakan dengan materi yang akan diajarkan.

b) Mempersiapkan Perangkat Pembelajaran

Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan alokasi waktu 15 jam pelajaran (6 kali pertemuan). Selanjutnya menyusun instrumen pembelajaran berupa tes hasil belajar dan membuat pedoman wawancara.

c) Mempersiapkan Observer

Observer bertugas untuk mengobservasi aktivitas siswa selama proses pembelajaran berlangsung pada kelas eksperimen, dengan demikian sebelum

observer melakukan pengamatan, terlebih dahulu dipersiapkan melalui diskusi bersama tentang cara melakukan observasi dengan memanfaatkan lembar observasi yang telah disiapkan.

2. Tahap pelaksanaan

a) Pelaksanaan Awal

Pada awal pelaksanaan penelitian, setiap siswa pada kelas eksperimen akan diwawancarai dengan pertanyaan-pertanyaan berdasarkan pedoman wawancara yang telah peneliti siapkan sebelumnya. Wawancara ini dimaksudkan untuk mengkaji tanggapan-tanggapan para siswa terhadap pelajaran matematika, sehingga dapat diketahui mindset seperti apa yang siswa miliki terhadap matematika. Selain itu, sebagai langkah awal dalam pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan test sugestivitas terhadap para siswa untuk mengetahui kisaran persebaran siswa dengan tolok ukur kemampuan untuk fokus. Hal tersebut dilakukan agar peneliti setidaknya memiliki gambaran mengenai berapa persen kisaran jumlah siswa yang memerlukan waktu lama atau sulit untuk dibawa ke kondisi *trance* untuk belajar, berapa kisaran siswa yang memerlukan waktu yang kurang cepat atau agak tidak mudah untuk dibawa ke kondisi *trance*, dan berapa persen kisaran siswa yang mudah dibawa ke kondisi *trance* untuk belajar. Setelah itu, setiap siswa akan diberikan *pre-test* tentang materi yang akan diajarkan, hasil dari *pre-test* didokumentasikan oleh peneliti untuk dijadikan data hasil belajar siswa sebelum mengikuti pembelajaran menggunakan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching*.

b) Pelaksanaan Eksperimen

Pada tahap ini, siswa diajar dengan menerapkan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching* pada kelas eksperimen. Pelaksanaan pembelajaran pada kelas eksperimen diikuti oleh seorang observer yang bertugas mengamati keterlaksanaan langkah-langkah pembelajaran yang mengacu pada RPP selama pembelajaran berlangsung.

Pada setiap akhir pembelajaran peneliti bersama dengan observer melakukan diskusi terhadap hasil pengamatan pada pembelajaran yang bersangkutan. Hal tersebut dilakukan sebagai refleksi terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan sebagai bahan untuk pembelajaran pada pertemuan selanjutnya. Selain itu, data hasil pengamatan yang terkumpul selama 6 kali pertemuan digunakan untuk menjawab pertanyaan tentang keterlaksanaan proses pembelajaran dengan menerapkan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching*.

c) Pelaksanaan tes akhir

Pada akhir pelaksanaan penelitian setiap siswa pada kelas eksperimen diberikan *post-test* tentang materi yang telah diajarkan, hasil dari *post-test* didokumentasikan oleh peneliti untuk dijadikan data hasil belajar siswa setelah mengikuti pembelajaran dengan menerapkan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching*.

Setelah itu, sekali lagi dilakukan wawancara kepada siswa untuk mengetahui *mindset* dan tanggapannya tentang pembelajaran matematika

menggunakan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching* yang telah dilakukan.

H. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini, dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1. Data tentang *mindset* siswa dikumpulkan melalui *interview* yang dilakukan sebelum perlakuan diberikan dan setelah pembelajaran dengan perlakuan berakhir.
2. Data keterlaksanaan pembelajaran dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi keterlaksanaan pembelajaran.
3. Data hasil belajar dikumpulkan dengan menggunakan tes hasil belajar siswa.

I. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Menurut Tiro (2008:2), statistik deskriptif diartikan sebagai metode pengolahan data melalui penyederhanaan agar mendapatkan gambaran yang menyeluruh atau untuk mendapatkan beberapa unsur penting dari sekumpulan data. Data yang telah terkumpul dengan menggunakan instrumen-instrumen yang ada kemudian dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Teknik analisis deskriptif digunakan untuk menganalisis *mindset* siswa terhadap pelajaran matematika, keterlaksanaan metode pembelajaran, hasil belajar siswa, serta respons siswa terhadap pembelajaran matematika dengan menerapkan metode *hypnosis* melalui pembelajaran *hypnoteaching*.

a) Mindset Siswa

Data tentang *mindset* siswa yang diperoleh berdasarkan *interview* dan angket *mindset* siswa akan dianalisis dengan analisis persentase. Langkah-langkah analisisnya adalah sebagai berikut:

- 1) Menentukan jumlah siswa dengan *mindset* positif terhadap pelajaran matematika.
- 2) Menghitung persentase jumlah siswa dengan *mindset* positif terhadap pelajaran matematika dengan membagi besar jumlahnya dengan jumlah siswa pada kelas eksperimen, kemudian dikalikan 100%.

b) Keterlaksanaan Pembelajaran

Data hasil pengamatan aktivitas guru dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif dengan menentukan persentase frekuensi secara klasikal. Langkah-langkah analisis kuantitatif keterlaksanaan pembelajaran adalah sebagai berikut:

- 1) Menentukan total skor hasil pengamatan aktivitas guru untuk setiap kegiatan dalam satu kali pertemuan.
- 2) Mencari skor rata-rata atau persentase aktivitas guru dengan membagi besarnya total skor dengan total skor untuk semua indikator, kemudian dikalikan 100%.

c) Hasil Belajar

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan data yang telah diperoleh baik *pre-test* maupun *post-test*. Analisis ini meliputi nilai *mean*, *standar deviasi*, nilai maksimum, nilai minimum, rentang, dan tabel distribusi frekuensi.

2. Analisis inferensial

Statistik inferensial adalah teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi. Teknik statistik ini dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian. Sebelum menguji hipotesis penelitian terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat atau uji asumsi yang meliputi uji normalitas.

Pada tahap ini data yang telah terkumpul kemudian diolah untuk menjawab permasalahan yang ada dalam penelitian.

a) Uji Normalitas Data

Pengujian normalitas data hasil belajar siswa dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang diteliti berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Untuk uji normalitas ini digunakan uji *Kolmogorof-Smirnov* dengan menggunakan taraf signifikan 5% atau 0,05.

Hipotesis :

H_0 : Sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

H_1 : Sampel berasal dari populasi yang tidak berdistribusi normal.

Kriteria pengujian adalah jika $p_{value} > \alpha = 0,05$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak.

b) Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dimaksudkan untuk menjawab hipotesis penelitian yang telah diajukan. Jika syarat untuk pengujian hipotesis sudah terpenuhi, yakni data yang diperoleh berdistribusi normal maka uji hipotesis dapat dilakukan. Adapun uji hipotesis yang digunakan adalah uji T yaitu uji pihak pihak kiri. Adapun hipotesis yang digunakan adalah

$$H_0 : \mu_1 \geq \mu_2$$

$$H_1 : \mu_1 < \mu_2$$

Keterangan

μ_1 = rata-rata nilai *post-test*

μ_2 = rata-rata nilai *pre-test*

Untuk menguji hipotesis di atas maka digunakan statistik uji T sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

Di mana:

$$S = \sqrt{\frac{(n_1 - 1) s_1^2 + (n_2 - 1) s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}}$$

Keterangan:

\bar{x}_1 = Rata-rata nilai *post-test*

\bar{x}_2 = Rata-rata nilai *pre-test*

n_1 = Jumlah subyek *post-test*

n_2 = Jumlah subyek *pre-test*

s_1^2 = Standar deviasi *post-test*

s_2^2 = Standar deviasi *pre-test*

s = Simpangan baku

Dengan kriteria pengujiannya adalah terima H_0 jika $-t_{\text{tabel}} < t_{\text{hitung}}$ dimana t_{tabel} diperoleh dari tabel distribusi t dengan $dk = n_1 + n_2 - 2$. Dan tolak H_0 untuk harga t yang lain (Sudjana, 2005:245).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

a) Keterlaksanaan Pembelajaran *Hypnoteaching*

Berdasarkan kesepakatan peneliti dengan guru matematika dari kelas yang menjadi kelas eksperimen, maka peneliti mendapatkan kesempatan penelitian, yakni 3 pertemuan untuk pemberian perlakuan dan 1 pertemuan untuk *post-test*. Adapun keterlaksanaan pembelajaran dalam penelitian mengacu pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Dan berikut ini adalah data hasil observasi keterlaksanaan pembelajaran tersebut.

Tabel 4.1. Data Keterlaksanaan Pembelajaran

Pertemuan Ke-	Rata-rata Skor
I	2,625
II	2,75
III	2,875
Rata-rata	2,75

Berdasarkan hasil observasi terhadap keterlaksanaan pembelajaran yang mengacu pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), maka diperoleh rata-rata skor 2,75 atau rata-rata sekitar 81,25% dari langkah-langkah pembelajaran dalam penelitian terlaksana dengan baik, 12,5% terlaksana dengan cukup baik, dan 6,25% terlaksana dengan kurang baik. Yaitu berada pada rentang penilaian cukup baik dan baik dengan kriteria 1 berarti kurang baik, 2 berarti cukup baik, 3 berarti baik, dan 4 berarti sangat baik.

b) Hasil *Interview* Mindset Siswa

Sebelum perlakuan diberikan, terlebih dahulu dilakukan wawancara kepada siswa kelas X₄ yang hadir, yakni berupa wawancara langsung kepada empat siswa dan 19 siswa lainnya memberi jawaban tertulis terhadap pertanyaan-pertanyaan pokok sesuai dengan pedoman wawancara.

Berikut ini adalah beberapa transkrip hasil wawancara yang telah dilakukan, yakni kutipan pertanyaan wawancara dan jawaban yang diberikan oleh siswa atau dalam hal ini adalah subjek penelitian.

1) Subjek 03

- P* : “Bagaimana tanggapan^a tentang pelajaran matematika?”
S₀₃₋₀₁ : “Susah-susah gampang. Maksudnya? biasa susah pelajarannya, biasa juga agak gampangji. Hehe..”
P : “Mm...maksudnya, bergantung materinya?”
S₀₃₋₀₁ : “Iye’ ”
P : “Kalo saat dalam kelas matematikaki’, sedang pelajaran matematika bagaimana biasana perasaanta’?”
S₀₃₋₀₂ : “Biasa-biasaji”
P : “o iya, apa cita-citata’ paeng, mauki’ punya pekerjaan apa di....mungkin skitar 15 tahun nanti?”
S₀₃₋₀₄ : “Kalo ada uang, perawat”
P : “Mm..trus kalo mauki’ jadi perawat, apa butuhki’ kemampuan matematika yang bagus?”
S₀₃₋₀₄ : “Butuh. Karna biasa, selalu ada tes matematikana”
P : “Trus, anggap misalnya jadi perawatmaki’, kira-kira dipakei pelajaran-pelajaran metematikata’ yang sudah dipelajari?”
S₀₃₋₀₅ : “Iye’? Nda’ tau’ ”

Adapun dari hasil wawancara langsung dengan subjek 11, juga memberikan jawaban yang senada dengan subjek 03.

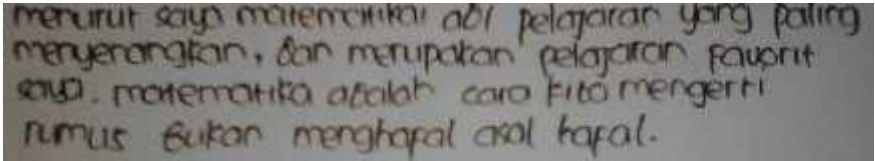
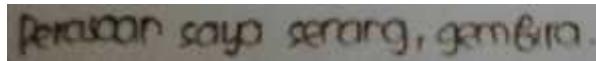
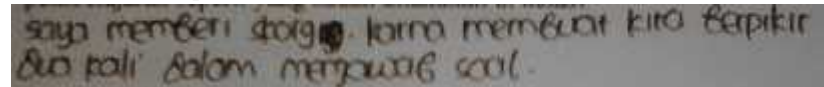
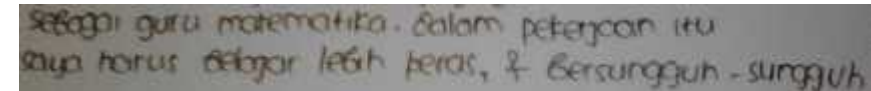
2) Subjek 08

- P* : “Bagaimana tanggapan^a tentang pelajaran matematika?”
S₀₈₋₀₁ : “Matematika sebenarnya itu sulit kalo nda’ pahamki’ rumusna dan tidak pahamki’ sarannya juga guru”

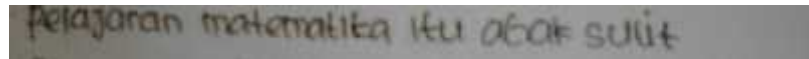
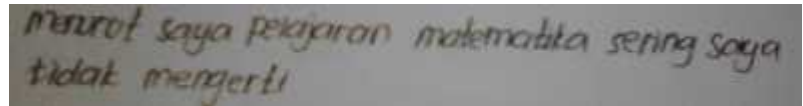
- P* : "Seperti apa perasaanta' waktu belajar matematikaki' di kelas?"
- S₀₈₋₀₂* : "Cukup senangji"
- P* : "Kalo kasi'ki' skor untuk pelajaran matematika, berapa skor mau di kasi' i, untuk rentang skor dari 0 terendah sampai 10 tertinggi?"
- S₀₈₋₀₃* : "8"
- P* : "Apa cita-citata'kah?"
- S₀₈₋₀₄* : "Belumpi menentukan"
- P* : "Terus apa motivasita' belajar matematika?"
- S₀₈₋₀₄* : "Karena setiap mauki' sekolah lebih tinggi pasti selalu ketemuki' sama yang namanya pelajaran matematika"

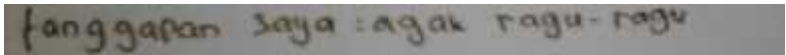


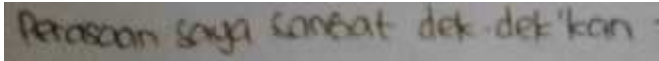
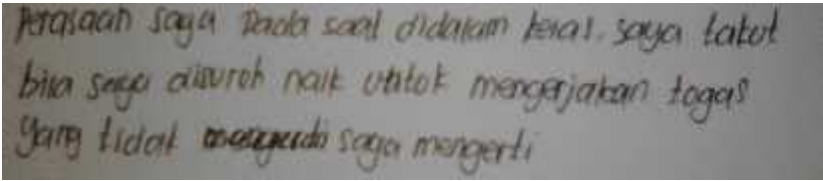
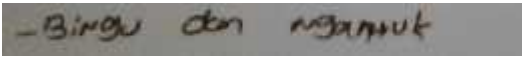

3) Subjek 15

Subjek 15 merupakan salah seorang yang memberikan jawaban atas pertanyaan wawancara secara tertulis. Adapun berikut ini adalah tanggapan subjek 15 yang peneliti peroleh.

- P* : "Bagaimana tanggapan kamu tentang pelajaran matematika?"
- S₁₅₋₀₁* : 
- P* : "Seperti apa perasaan kamu saat berada dalam kelas matematika menggunakan model pembelajaran seperti yang sudah dilakukan?"
- S₁₅₋₀₂* : 
- P* : "Jika kamu akan memberi skor dari 1 sampai 10, berapa skor yang kamu berikan untuk pembelajaran matematika?"
- S₁₅₋₀₃* : 
- P* : "Di masa depan, kamu ingin punya pekerjaan apa? Untuk mendapatkan pekerjaan itu, apa kamu butuh kemampuan matematika yang baik?"
- S₁₅₋₀₄* : 

4) Beberapa jawaban dari subjek yang lain

- P* : "Bagaimana tanggapan kamu tentang pelajaran matematika?"
- S₀₉₋₀₁* : 
- S₁₄₋₀₁* : 

- S₁₆₋₀₁* : 
- S₁₉₋₀₁* : 
- S₂₁₋₀₁* : 
- P* : “Bagaimana perasaan kamu saat berada dalam kelas matematika menggunakan model pembelajaran seperti yang sudah dilakukan?”
- S₀₉₋₀₂* : 
- S₁₄₋₀₂* : 
- S₁₉₋₀₂* : 
- S₂₁₋₀₂* : 

Adapun berdasarkan hasil keseluruhan wawancara, maka kemudian diperoleh hasil bahwa hanya terdapat seorang siswa atau sekitar 4,35% siswa yang memiliki mindset awal yang positif terhadap pelajaran matematika. Selebihnya, yaitu 95,65% memiliki mindset awal negatif terhadap matematika. Dari hasil keseluruhan wawancara tersebut, maka peneliti dapat memaparkan sebagai berikut.

- 1) Berdasarkan komentar siswa yang memiliki mindset awal positif, ia mengatakan bahwa memang memiliki keinginan untuk nantinya menjadi seorang guru matematika, sehingga keinginan untuk menjadi lebih cerdas pada bidang matematika memang suatu keharusan (*S₁₅₋₀₄*).
- 2) Kebanyakan siswa memberikan komentar bahwa matematika itu susah-susah gampang. Lebih jauh mereka menjelaskan bahwa maksudnya adalah

matematika menjadi gampang atau susah bergantung pada materi belajarnya tentang apa (*S₀₃₋₀₁*).

- 3) Terdapat 12 siswa atau sekitar 52% siswa mengatakan belum menentukan ingin punya pekerjaan apa nantinya dan kebanyakan di antaranya menyatakan bahwa alasan mereka belajar matematika adalah karena matematika ada dalam mata pelajaran yang harus mereka pelajari di sekolah atau bagaimanapun matematika selalu ada dalam ujian persyaratan untuk masuk ke suatu instansi atau perguruan tinggi apapun jurusanannya, seperti pada SBMPTN (*S₀₃₋₀₄, S₀₈₋₀₄*).
- 4) Terdapat 5 siswa atau sekitar 21,74% siswa mengatakan matematika agak sulit dan perasaan mereka saat belajar matematika di kelas adalah deg-degan, ragu-ragu, khawatir, atau takut terutama jika diminta untuk mengerjakan suatu permasalahan di papan tulis. Dan terdapat seorang siswa atau sekitar 4,35% yang mengatakan bahwa matematika itu sulit dan perasaannya saat berada dalam kelas matematika adalah bingung dan ngantuk (*S₀₉₋₀₁, S₁₄₋₀₁, S₁₆₋₀₁, S₁₉₋₀₁, S₂₁₋₀₁, S₀₉₋₀₂, S₁₄₋₀₂, S₂₁₋₀₂, S₁₉₋₀₂*)

Berdasarkan data tersebut, maka dapat diperkirakan bahwa subjek 15 yang merupakan satu-satunya yang memiliki mindset awal positif terhadap matematika, nantinya akan memperoleh hasil belajar yang paling bagus.

Selain melakukan wawancara sebelum perlakuan diberikan, peneliti juga melakukan test sugestivitas pada siswa kelas X₄ yang menjadi kelas eksperimen. Adapun test sugestivitas ini bertujuan untuk mengetahui kisaran dan persebaran jumlah siswa dengan tingkatan masing-masing berdasarkan mudah, agak mudah

atau agak sulit, dan sulitnya mereka dibawa ke kondisi yang kondusif melalui metode hypnosis yang akan digunakan dalam perlakuan. Hasilnya, berdasarkan test sugestivitas yang dilakukan peneliti terhadap 15 siswa yang mengikuti *test* diperoleh data bahwa terdapat 3 siswa atau sekitar 20% siswa yang berada pada tingkatan mudah, 10 siswa atau sekitar 66,67% siswa pada tingkatan agak mudah, dan 2 siswa atau sekitar 13,33% pada tingkatan yang sulit.

Selanjutnya, hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 24 orang siswa setelah perlakuan dilakukan adalah sebagai berikut.

- 1) Terdapat 3 siswa yang memiliki mindset positif terhadap matematika atau 8.15% siswa yang terindikasi bahwa keinginan untuk menjadi lebih cerdas dan menikmati waktu pembelajaran dalam kelas matematika mulai ada.
- 2) Terdapat 4 siswa mengatakan bahwa tempo pembelajaran materi ajar matematika terasa agak lambat dan banyak penjelasan yang agak terlalu panjang, namun terdapat 10 siswa yang menyatakan tempo pembelajaran materi matematikanya sudah pas, dan di sisi lain juga terdapat 11 siswa yang menyatakan bahwa tempo pembelajaran materi matematikanya terlalu cepat.
- 3) Tersisa satu orang yang belum menentukan nantinya ingin punya pekerjaan atau menjadi apa.
- 4) Para siswa mengungkapkan merasa rileks dalam pembelajaran matematika menggunakan metode yang telah diterapkan. Meskipun kebanyakan dari mereka mengakui kadang masih agak bingung dengan materi

matematikanya tapi merasa senang karena dalam pembelajarannya, mereka mengungkapkan tidak hanya belajar tentang matematika saja.

c) Hasil *Pre-test* atau Kemampuan Awal Kelas Eksperimen

Kemampuan awal kelas eksperimen diapaparkan melalui tabel untuk mendeskripsikan dan memperjelas data yang diperoleh dari hasil penelitian. Adapun distribusi frekuensi kemampuan awal kelas eksperimen adalah sebagai berikut.

Tabel 4.2. Skor Kemampuan Awal (*Pre-test*) Kelas Eksperimen

		Distribusi Skor Kemampuan Awal							Jumlah
Nilai	0	3,7	5	7,5	11,25	12,55	17,55	-	
Frekuensi	5	4	2	3	6	1	3	24	

Sesuai dengan teori yang telah dikemukakan sebelumnya bahwa hasil yang akan diperoleh relevan dengan bagaimana mindset kita terhadap sesuatu yang kita kerjakan. Demikian pula dalam hal ini, siswa yang memberikan komentar paling negatif terhadap matematika kemudian mendapatkan nilai paling rendah pada *pre-test*, termasuk subjek 19 dan subjek 21 yang komentarnya dimuat sedikit sebelumnya. Dan yang paling positif terhadap matematika kemudian memperoleh hasil yang lebih tinggi, yakni subjek 15 dengan skor *pre-test* 17,55, yang juga komentarnya dimuat pada bagian sebelumnya.

d) Hasil *Post-test* atau Hasil Belajar Kelas Eksperimen

Hasil belajar kelas eksperimen diapaparkan melalui tabel untuk mendeskripsikan dan memperjelas data yang diperoleh dari hasil penelitian. Adapun distribusi frekuensi hasil belajar kelas eksperimen adalah sebagai berikut.

Tabel 4.3. Skor Hasil Belajar (*Post-test*) Kelas Eksperimen

Distribusi Skor Hasil Belajar														f
Nilai	0	5	7,5	11,25	12,55	14,95	16,25	20	21,25	22,5	27,5	41,25	49,55	-
F	1	5	3	4	1	2	1	1	2	1	1	1	1	24

Berdasarkan hasil *post-test* dan *pre-test*, menunjukkan bahwa rentang nilai atau pertambahan nilai dari *pre-test* ke *post-test*, siswa yang memiliki mindset positif rentang nilainya lebih tinggi atau dengan kata lain pertambahan nilainya lebih bagus ketimbang yang lebih negatif. Hal ini dapat dilihat pada tabel distribusi nilai *pre-test* dan *post-test* para siswa yang berada pada lampiran.

Adapun berikut ini adalah tabel distribusi nilai yang meliputi *mean*, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum dari masing-masing *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 4.4. Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	24	.00	17.50	7.4938	5.75359
Posttest	24	.00	49.55	14.7708	11.71157
Valid N (listwise)	24				

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dideskripsikan bahwa rata-rata nilai *pre-test* siswa adalah 7,4938 dan rata-rata nilai *post-test* siswa adalah 14,7708 atau dengan kata lain rata-rata nilai siswa meningkat sebesar 7,277 poin setelah perlakuan diberikan. Adapun berdasarkan nilai standar deviasi yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa persebaran nilai hasil *post-test* lebih beragam dibandingkan persebaran nilai hasil *pre-test* siswa.

Adapun berikut ini adalah tabel hasil uji korelasi antara perlakuan dan nilai *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 4.5. Hasil Uji Korelasi

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	24	.880	.000

Berdasarkan hasil uji korelasi tersebut, menunjukkan bahwa nilai korelasi(r) = 0,880 atau dengan kata lain karena $r > 0,75$, maka dapat disimpulkan bahwa perlakuan memiliki hubungan korelasi dalam kriteria sangat kuat terhadap perubahan nilai dari *pre-test* ke nilai *post-test*.

2. Analisis Inferensial

a) Uji Normalitas

Pengujian normalitas data hasil belajar siswa dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang diteliti berasal dari populasi yang berdistribusi normal, sebagai prasyarat untuk dapat dilanjutkan ke tahap uji hipotesis.

Tabel 4.6. Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest	.160	24	.116	.910	24	.035
Posttest	.161	24	.111	.845	24	.002

Uji normalitas ini digunakan uji *Kolmogorof-Smirnov* dengan menggunakan taraf signifikan 5% atau 0,05. Jadi, berdasarkan tabel hasil uji normalitas tersebut diperoleh $P_{\text{value}} > 0,05$ untuk masing-masing *pretest* dan *posttest*, sehingga dalam hal ini berarti H_0 diterima dan H_1 ditolak. Dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal, sehingga dapat dilanjutkan ke tahap berikutnya, yaitu uji hipotesis.

b) Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dimaksudkan untuk menjawab hipotesis penelitian yang telah diajukan. Adapun uji hipotesis yang digunakan adalah uji T yaitu uji pihak pihak kiri. Berikut ini adalah tabel hasil uji T menggunakan aplikasi SPSS.

Tabel 4.7. Hasil Uji Hipotesis

		Mean	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		T	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1	Pretest – Posttest	-7.27708	1.46643	-10.31062	-4.24354	-4.962	23	.000

Adapun kriteria pengujiannya adalah terima H_0 jika $-t_{\text{tabel}} \leq t_{\text{hitung}}$. Berdasarkan tabel hasil uji hipotesis tersebut maka diperoleh $t_{\text{hitung}} = -4,962$, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 1,714$. Karena tidak benar bahwa $-1,714 \leq -4,962$, maka artinya H_0 gagal terima. Artinya, ada pengaruh dari perlakuan terhadap hasil belajar siswa di kelas eksperimen.

B. Pembahasan

Menurut Blackwell et al (Boaler 3), *“These different mindsets have associated behaviors, that we now know have a huge impact on learning and achievement. Students with a growth mindset persist longer on problems, relish challenge and learn from mistakes whereas those with a fixed mindset give up easily, avoid challenging problems and hate to make mistakes. When students have a growth mindset they achieve at higher levels and when students receive a*

mindset intervention their learning trajectories immediately accelerate upward towards higher and higher achievement.

Sejalan dengan kutipan tersebut, peneliti menemukan fakta bahwa saat test diberikan kepada para siswa, mereka dengan mindset negatif (*fixed mindset*) lebih memilih untuk membiarkan lembar jawabannya menjadi kosong dan malah melakukan aktivitas lain untuk mengisi waktu ujian, ketimbang melakukan upaya secara mandiri untuk menyelesaikan permasalahan yang diberikan. Sedangkan siswa dengan mindset positif (*growth mindset*), meskipun kemudian apa yang telah diupayakan pada akhirnya adalah keliru, tapi setidaknya ia tidak hanya membiarkan dan menyerah begitu saja akan permasalahan yang diberikan. Karena berdasarkan apa yang diungkapkan oleh Moser et al (Boaler, 2014) bahwa, *“Research has recently shown something stunning—when students make a mistake in math, their brain grows, synapses fire, and connections are made; when they do the work correctly, there is no brain growth”*. Artinya bahwa pada dasarnya memicu siswa untuk berani melakukan kekeliruan adalah hal penting sebagai bagian dari proses belajar. Lebih lanjut Boaler (Boaler, 2014) mengungkapkan, *“This finding suggests that we want students to make mistakes in math class and that students should not view mistakes as learning failures but as learning achievements”*. Adapun berdasarkan pengamatan peneliti bahwa sepertinya kebanyakan siswa berpikiran bahwa mereka mengikuti pelajaran matematika untuk menjawab setiap masalah dengan benar, dan melupakan hal mendasar yaitu untuk belajar. Sehingga, memicu mereka untuk menghindari masalah yang menantang daripada berusaha mencoba menyelesaikan

permasalahan dimana mereka dihadapkan pada kemungkinan besar akan keliru, atau tidak sampai pada penyelesaian.

Berdasarkan data yang diperoleh, maka dapat diberikan pemaparan sebagai berikut.

- 1) Berdasarkan kriteria penentuan apakah siswa tergolong memiliki mindset positif (berkembang) atau negatif (tetap) terhadap matematika, yakni dilihat dari hasil *interview*, apakah jawaban siswa mengindikasikan keinginan untuk menjadi lebih cerdas dalam bidang matematika, serta menikmati proses pembelajaran dalam kelas matematika. Maka hasilnya menunjukkan bahwa terdapat sekitar 4,35% siswa yang memiliki mindset positif terhadap matematika dan sekitar 95,65% siswa yang bermindset negatif terhadap matematika. Setelah perlakuan diberikan, jumlah siswa dengan mindset positif terhadap matematika naik menjadi 12,5% atau terjadi peningkatan sebanyak 8,15%.
- 2) Berdasarkan *pre-test*, maka diperoleh data bahwa rata-rata kemampuan awal siswa kelas X di SMA Negeri 1 Labakkang berkenaan dengan materi persamaan dan fungsi kuadrat adalah 7,4938. Setelah diberikan perlakuan berupa pembelajaran dengan menggunakan metode *hypnosis* diperoleh data rata-rata hasil belajar siswa berdasarkan *post-test* yang diberikan adalah 14,7708 atau dengan kata lain rata-rata kemampuan penguasaan materi siswa berkenaan dengan materi persamaan dan fungsi kuadrat mengalami peningkatan sebesar 7,277 poin setelah perlakuan diberikan.

3) Berdasarkan hasil perhitungan uji-t, dapat diketahui bahwa $-t_{\text{tabel}} > t_{\text{hitung}}$ adalah tidak benar, yaitu $t_{\text{hitung}} = -4,962$, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 1,714$ untuk taraf signifikan 5%. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan peneliti diterima sehingga terdapat perubahan yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest* setelah perlakuan diberikan, yaitu pembelajaran menggunakan metode *hypnosis*.

Adapun keterbatasan penelitian dalam pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut.

1. Keterbatasan Waktu

Mengingat substansi dari penelitian yang ingin peneliti lakukan adalah untuk mendorong keinginan siswa untuk menjadi lebih cerdas dalam bidang matematika dan bukanlah untuk sekadar lulus ujian, sehingga materi pelajaran yang diajarkan dalam penelitian bukanlah melanjutkan materi ajar guru matematika dari kelas yang menjadi subjek penelitian, sehingga bagi siswa hasilnya takkan memengaruhi nilai rapor. Sedangkan dari sisa jumlah pertemuan untuk semester genap sendiri terbatas dan masih terdapat materi ajar yang menjadi tuntutan kurikulum yang tentu saja menjadi tugas guru yang bersangkutan. Sehingga berdasarkan kesepakatan peneliti dengan guru yang bersangkutan, maka jumlah pertemuan untuk penelitian ini dikurangi menjadi 4 pertemuan dari rencana awalnya 6 pertemuan. Adapun untuk pelaksanaan wawancara dengan siswa, *test* sugestivitas, dan *pre-test* sendiri, masing-masing tidak mengambil jam pelajaran matematika, melainkan peneliti melakukan negosiasi dengan guru mata pelajaran lain dari kelas eksperimen, yaitu guru bahasa indonesia dan guru bahasa arab.

2. Perlakuan Bagi Sebagian Siswa Kurang Maksimal

Hal ini tidak lain disebabkan karena tidak setiap pertemuan siswa hadir lengkap dan tidak setiap siswa datang tepat waktu, mengingat jadwal jam pelajaran matematika di kelas eksperimen adalah hari Kamis dan Jum'at yang masing-masing dimulai pada jam pertama. Sehingga perlakuan bagi sebagian siswa menjadi kurang maksimal.

3. Keterbatasan Cakupan Hasil Penelitian

Materi pembelajaran yang diajarkan adalah materi kelas X di SMA Negeri 1 Labakkang dengan pokok bahasan persamaan dan fungsi kuadrat, sehingga kesimpulan yang diperoleh hanya berlaku pada materi berkenaan persamaan dan fungsi kuadrat untuk kelas X di SMA Negeri 1 Labakkang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. *Mindset* siswa tentang matematika sebelum perlakuan diberikan yaitu kurang atau bahkan tidak adanya keinginan menjadi lebih cerdas dalam bidang matematika dan cenderung kurang atau bahkan tidak menikmati waktu pelajaran matematika di kelas.
2. Rata-rata skor kemampuan awal siswa berdasarkan hasil *pre-test* adalah 7,4938, untuk skor minimum adalah 0 dan skor maksimum adalah 100. Siswa dengan nilai terendah memperoleh skor 0 dan siswa dengan nilai tertinggi memperoleh skor 17,55.
3. Langkah-langkah pembelajaran terlaksana dalam kategori baik, yaitu dengan rata-rata skor 2,75 atau rata-rata sekitar 81,25% dari langkah-langkah pembelajaran dalam penelitian terlaksana dengan baik, 12,5% terlaksana dengan cukup baik, dan 6,25% terlaksana dengan kurang baik.
4. *Mindset* siswa tentang matematika setelah perlakuan diberikan yaitu meskipun keinginan untuk menjadi lebih cerdas dalam bidang matematika masih kurang, tapi perasaan senang terhadap kelas matematika mulai dirasakan oleh para siswa.

5. Rata-rata skor hasil belajar yang diperoleh siswa berdasarkan hasil *post-test* adalah 14,7708. Siswa dengan nilai terendah memperoleh skor 0 dan siswa dengan nilai tertinggi memperoleh skor 49,55.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penggunaan metode *hypnosis* dalam pembelajaran terhadap hasil belajar matematika siswa kelas X di SMA Negeri 1 Labakkang.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, dapat diajukan beberapa hal yang diharapkan dapat diterapkan dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai pengembangan penggunaan metode *hypnosis* dalam pembelajaran dalam hal ini melalui *hypnoteaching*, yaitu:

1. Guru dapat menggunakan metode *hypnosis* untuk menunjang keberhasilan pembelajaran melalui penerapan unsur-unsur *hypnoteaching*.
2. Penelitian lanjutan mengenai penggunaan metode *hypnosis* dalam pembelajaran dapat dikombinasikan dengan metode lain sehingga menjadi lebih variatif untuk mengoptimalkan hasil pembelajaran. Selain itu, dapat pula dengan menggunakan media atau pengembangan suatu media khusus dalam pembelajaran untuk lebih menunjang proses pembelajaran menggunakan metode *hypnosis*.